

Солнечные ванны – самый приятный вид закаливания.

Правильное закаливание детей в летний период – очень важно для их здоровья в последующее холодное время года. Хорошо закалённый летом ребёнок отлично адаптируется в зимний период к вирусным инфекциям. Закаливание делает ребёнка сильным и крепким. Дети группы «Лесовичок», очень любят играть на свежем воздухе.

Мы на солнце загораем,
Организм свой закаляем.
Лучи солнца шлют тепло,
И своё лечебное добро.

